

Глоссарий

Внеурочные формы физической культуры – занятия физическими упражнениями и спортивные мероприятия, организуемые в дополнение к урочным формам, преимущественно в свободное от учебы время.

Здоровый образ жизни – отношение человека к собственной жизнедеятельности, обеспечивающее использование всех форм и факторов, способствующих сохранению и укреплению здоровья.

Компетенция – знания, умения и опыт, необходимые для решения теоретических и практических задач.

Компетентность выпускника ВУЗа – выраженная способность применять знания и умения.

Массовый спорт (спорт для всех)- соревновательная форма физической культуры, преимущественно ориентированная на повышение эмоциональности занятий физическими упражнениями. Применительно к вузу – спартакиада факультетов, массовые кроссы, турниры и т.д.

Основное учебное отделение – состав студентов, не имеющих ограничений по состоянию здоровья (основная медицинская группа).

Подготовительное учебное отделение - состав студентов, не имеющих ограничений по состоянию здоровья, но имеющих низкий уровень физической подготовленности или физического развития.

Профессионально-прикладная физическая культура – социальный опыт использования потенциала физической культуры в целях повышения эффективности профессиональной деятельности. Реализуется в формах профессионально-прикладной физической подготовки (обеспечения должного уровня личной физической и функциональной готовности к конкретному виду профессионально-трудовой деятельности) и профессиональной физической культуры специалиста (обеспечение должного уровня готовности специалиста – врача, педагога и т.д.), которая позволяет использовать потенциал физической культуры в своей профессиональной деятельности – профессиональной компетенции.

Специальное учебное отделение – состав студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья и ограничения по физическим нагрузкам (специальная медицинская группа).

Спорт – социально-культурная деятельность, осуществляемая в форме соревнований и подготовки к участию в соревнованиях.

Спорт высших достижений - система подготовки и участия в соревнованиях, ориентированная на достижение высших результатов (рекордов) и победы на международной спортивной арене, применительно для студенческого спорта – Всемирная универсиада, чемпионаты мира среди студентов. и т.д.

Спортивное учебное отделение – состав студентов, имеющих высокую физическую и технико-тактическую подготовку в избранном виде спорта.

Урочные формы физической культуры – учебно-тренировочные, лекционные, методические занятия, предусмотренные учебной программой и рабочими планами по предмету физическая культура.

Физическая культура – составная часть общей культуры, сфера социально-культурной деятельности, представляющая собой совокупность духовных и материальных ценностей, создаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, совершенствования его двигательной активности, направленная на укрепление его здоровья и способствующая гармоничному развитию личности.

Физическая культура – учебная дисциплина, предметом изучения которой является система знаний, умений и навыков физкультурно-оздоровительной деятельности в интересах укрепления физических и духовных сил личности; достижения ею жизненных и профессиональных целей.

Физическая культура адаптивная – использование потенциала физической культуры в целях восстановления или компенсации временно (ЛФК) или постоянно (инвалиды) утраченных физических или ослабленных функций и физических способностей.

Физическая культура оздоровительная – использование потенциала физической культуры в целях укрепления здоровья и физической дееспособности людей, находящихся в состоянии предболезни или имеющих факторы риска.

Физическая культура рекреативная – использование потенциала физической культуры в системе свободного времени в целях рациональной организации досуга.

Физическое воспитание – педагогически организованный процесс целенаправленного формирования физической культуры личности и оптимизации физического статуса.

Самостоятельная работа студентов – разнообразные виды индивидуальной и коллективной учебной деятельности студентов на учебных и внеучебных занятиях (дома, в общежитии, на спортплощадках и т.д.) по выполнению различных заданий под непосредственным или опосредованным методическим контролем преподавателя. В практике вузов самостоятельная работа студентов осуществляется в следующих формах, отличающихся степенью самостоятельности её выполнения, управления со стороны преподавателя:

- управляемая самостоятельная работа студентов как самостоятельное, опосредованное управлением со стороны преподавателя выполнение студентом задания с включением учебно-тренировочного или общеразвивающего физического упражнения (комплекса упражнений);

- собственно самостоятельная работа студентов, организуемая самим студентом в рациональное с его точки зрения время, мотивируемая индивидуальными спортивными потребностями и контролируемая им самим.

Технология (педагогическая) – это проект последовательно осуществляемой деятельности педагога и обучающихся, направленной на реализацию целей образования и обеспечивающей достижение прогнозируемых результатов. Основными характеристиками образовательных технологий выступают:

- в основе технологии лежат ценностные ориентации и целевые установки автора (разработчиков), соответствующие прогнозируемым результатам обучения и воспитания;
- реализация технологии включает последовательно разворачиваемую систему операций и действий педагога и обучающихся, соответствующих поставленным целям – результатам, а также диагностические процедуры, содержащие критерии, показатели и инструментарий измерения результатов деятельности;
- технология является воспроизводимой в массовой педагогической практике с учетом индивидуального стиля педагога.

Технологии образовательные, способствующие более эффективному формированию у студентов компетенций, - это такие технологии, которые обеспечивают вовлеченность студентов в поиск и управление знаниями, приобретение опыта самостоятельного решения разнообразных задач.

Структуру содержания дисциплины “Физическая культура” могут составлять следующие модули:

- *нулевой модуль*, который служит введением в изучение дисциплины, определяет цели и задачи её освоения;
- *модули учебные* (организационно-обучающие) – это 4 модуля, которые дифференцируют содержание учебной дисциплины в соответствии с учебными отделениями: основным, подготовительным, специальным и спортивным. Количество и название организационно-обучающих модулей соотносятся с объёмом учебного материала, специфичностью задач, уровнем физического и функционального состояния студента и сформированностью физкультурно – спортивных интересов. Компонентный состав модуля (распределение студентов по группам, учебные элементы, выход из модуля) предполагает системное освоение студентом учебного материала, адекватного индивидуальным показателям здоровья, а также самостоятельную работу в закреплении и применении знаний при решении задач самоконтроля и проверки (с помощью тестирования) полученных результатов, самооценки и коррекции используемых форм, средств и методов физического воспитания;
- *модуль контроля*, обеспечивающий итоговый контроль усвоения знаний, умений, навыков в процессе формирования физической культуры будущего специалиста. Для каждого учебного отделения (модуля) разрабатываются система задач, тестовых заданий и контрольных нормативов, способы решения которых соответствуют формируемым умениям и компетенциям;
- *модуль – резюме*, который содержит обобщение изученной дисциплины.

Модульная система обучения обеспечивает индивидуализацию образовательного процесса и самостоятельное продвижение обучающихся с учетом их потребностей, возможностей и индивидуальных особенностей.